

**PENGARUH LATIHAN *FARTLEK* DAN *CIRCUIT* TERHADAP DAYA  
TAHAN *CARDIOVASKULAR***

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



**Oleh:**

**ALDI SUPRIYATNA  
2124200035**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS GALUH  
2024**

Perihal : Permohonan menempuh ujian sidang tahap skripsi  
Yth,  
Ketua Program Studi Penjas  
Di Ciamis

Yang Bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aldi Supriyatna  
Nim : 2124200035  
Angkatan tahun : 2020  
Program studi : Pendidikan Jasmani

Dengan ini saya mengajukan permohonan untuk menempuh ujian sidang skripsi. Sebagai pertimbangan bapak, saya lampirkan berkas pernyataan yang telah ditetapkan oleh Program Studi.  
Atas perhatian bapak saya ucapkan terima kasih.

Ciamis, 2024  
Pemohon

**ALDI SUPRIYATNA**  
**2124200035**

Persetujuan pembimbing

No	Nama	Fungsi	Tanda tangan
1	Sri Maryati, M.Pd	Pembimbing I	
2	Hendra Rustiawan, M.Pd	Pembimbing II	

Mengetahui  
Ketua Prodi Penjas

**ANDANG ROHENDI, M.Pd**

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “**Pengaruh Latihan *Fartlek* Dan Latihan *Circuit* Terhadap Daya Tahan *Cardiovaskular*.”, beserta seluruh isinya adalah sepenuhnya karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung konsekuensi atau sanksi apabila di kemudian hari di temukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi ini.**

Ciamis, Juli 2024

Yang membuat pernyataan

**ALDI SUPRIYATNA**  
**2124200035**

## BUKTI PENGUJIAN

Dewan Penguji ujian sidang Sarjana Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Galuh dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

**Pengaruh Latihan *Fartlek* Dan Latihan *Circuit* Terhadap Daya Tahan *Cardiovaskular*.**

Aldi Supriyatna Telah diujikan dalam rangka ujian Sarjana Pendidikan (S.Pd) Program studi Pendidikan Jasmani telah diperbaiki sebagaimana mestinya.

Ciamis, 31 Agustus 2024

Andang Rohendi, M.Pd

Ketua merangkap anggota

Dr. Nana Sutisna, M.Pd

Anggota

Dr. Risma, S.Si., M.Pd

Anggota

Diketahui  
Ketua Prodi Penjas

Andang Rohendi, M.Pd